16.001 Cestoviny
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
cestoviny	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
olej	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
hmotnosť porcie v g	120		140		165		185	

Receptúra

Výrobný postup

Cestoviny dáme variť do osolenej vriacej vody. Počas varu občas premiešame, aby sa nelepili na dno. Uvaríme do mäkka. Doba varu závisí od kvality cestovín. Uvarené cestoviny scedíme, opláchneme, necháme odkvapkať a prelejeme olejom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	800	192	4,91	2,1	0,9	37,6	0,0	8,6	0,5	0,000	0,0	0,0	0,0	0,5
B	968	232	5,89	2,7	1,2	45,1	0,0	10,9	0,6	0,000	0,0	0,0	0,0	0,6
C	1135	272	6,88	3,3	1,5	52,6	0,0	13,2	0,7	0,000	0,1	0,0	0,0	0,7
D	1303	313	7,86	4,0	1,8	60,2	0,0	15,5	0,8	0,000	0,1	0,0	0,0	0,8